



Guide des compétitions Saison 2025/2026



LA DIFFICULTÉ



Objectif : atteindre le sommet d'un mur pouvant atteindre une quinzaine de mètres de haut.
Escalade pratiquée en tête ou en moulinette avec utilisation d'un baudrier, d'une corde et de dégaines (le plus souvent en place).

LE BLOC



Objectif : atteindre le sommet d'un mur d'une hauteur de 4,5 mètres.
Pratique sans assurage ; réception sur un tapis.

LA VITESSE



Objectif : atteindre le plus vite possible le sommet d'un mur pouvant aller jusqu'à 15 mètres de haut.
Escalade pratiquée en moulinette avec utilisation d'un baudrier, d'une corde ou d'un système d'assurage automatique.

Championnat de FRANCE




Le Championnat de France décerne le titre de Champion de France.

Circuit bloc ou difficulté

Les compétiteurs se qualifient successivement sur des compétitions :

Départementales >>> Régionales >>> Demi-finale >>> Finale

Circuit de vitesse

Les compétiteurs se qualifient successivement sur des compétitions :

Régionales ou coupe de France de vitesse >>> Finales du championnat



Le circuit de coupes de France établit un classement général via un système de points.

3

Étapes par discipline et par catégorie



Il existe des coupes au niveau départemental (ex GET) et régional (Coupe Occitanie, voir page suivante).
La participation à une coupe de France de vitesse permet de se qualifier à la finale du Championnat de France.

LES OPENS

Compétition à l'échelle départementale, régionale ou nationale.



La Coupe Occitanie d'Escalade (COE) est un circuit régional de compétitions officielles réparties sur la région Occitanie tout au long de l'année.

Elle compte chaque année des épreuves de bloc et de difficulté, ouvertes à tous les licenciés FFME.

La Coupe Occitanie donne lieu à un **classement individuel** ainsi qu'un **classement par équipe**.

EN SAVOIR PLUS

2025
2026

COUPE
OCCITANIE
D'ESCALADE

Inscriptions sur
occitanie.ffme.fr

BLOC	DIFFICULTÉ
3-4 OCT Toulouse (31)	8 MARS Tarbes (65)
13 JUIN Toulouse (31)	31 MAI Fonsorbes (31)

COUPE OCCITANIE D'ESCALADE

COMPÉTITIONS OFFICIELLES

BLOC*

- ◆ **Contest essais illimités** : seul le top est comptabilisé ; pas de zone ; 20 blocs minimum avec un ordre de passage libre.
- ◆ **Contest essais limités** : en général 5 essais, avec présence de zones ; 8 à 15 blocs avec un ordre de passage libre.
- ◆ **Circuit essais illimités** : présence de zones ; ordre de passage imposé ; temps de réalisation d'un bloc = temps de repos (4 ou 5 minutes).

DIFFICULTÉ*

- ◆ 1. **seul tour** : qualification flash sur au moins 3 voies.
- ◆ 2. **tours** : qualification flash sur au moins 2 voies ; finale à vue.
- ◆ 3. **tours** : qualification flash sur 2 ou 3 voies ; demi-finale flash ou à vue ; finale à vue.

VITESSE

- ◆ **Practice** : phase d'échauffement, non obligatoire mais recommandée.
- ◆ **Qualifications** : le meilleur temps réalisé sur les 2 voies défini le classement.
- ◆ **Phases finales** : sous forme de duels en élimination directe.

COMPÉTITIONS PROMOTIONNELLES

TOUTES LES DISCIPLINES

Les compétitions promotionnelles ne comptent pas pour le classement national.

Des modifications des règles d'organisation peuvent être effectuées avec l'accord du département compétition.



**3 formats possibles*



Pour aller plus loin : [les règles du jeu](#) et le [tableau des formats](#)

CAT.	ÂGE EN 2026	ANNÉES DE NAISSANCE
VÉTÉRAN 2	50 ans et +	1976 et avant
VÉTÉRAN 1	40 à 49 ans	1986 à 1977
SÉNIOR	21 à 39 ans	2005 à 1987
U21	19 et 20 ans	2007 et 2006
U19	17 et 18 ans	2009 et 2008
U17	15 et 16 ans	2011 et 2010
U15	13 et 14 ans	2013 et 2012
U13	11 et 12 ans	2015 et 2014
U11	09 et 10 ans	2017 et 2016

+ d'infos sur l'évolution des catégories sur ce [lien](#).

LE CIRCUIT DU CHAMPIONNAT DE FRANCE DE DIFFICULTÉ

DEPARTEMENTAL

Inscription: Individuelle sur <https://mycompet.ffme.fr/app>

Catégories: Jeunes (U15, U17, U19) Senior et Vétéran licenciés dans le département

Format: Qualif (min 3 voies flash) (+ Finale facultative (1 voie à vue))

REGIONAL

Inscription: **par le club** sur <https://mycompet.ffme.fr/app>

Catégories: Jeunes (U15, U17, U19) Senior et Vétéran licenciés dans la région

Format: Qualif (3 voies flash) (+ demi-finale facultative: 1 voie flash ou à vue)
+ Finale (1 voie à vue)

Qualification

DEMI-FINALE (Sud)

Inscription: **par le club** (Quota de qualifiés), sur <https://mycompet.ffme.fr/app>

Catégories: Jeunes (U15, U17, U19) et Senior licenciés dans une des régions SUD

Format: Qualif (2 ou 3 voies flash) + Finale (1 voie à vue)

Qualification

FRANCE

Inscription: **par le club** (Quota de qualifiés), sur <https://mycompet.ffme.fr/app>

Catégories: Jeunes (U15, U17, U19) Senior et Vétéran

Format: Qualif (2 voies flash (≥ 3 voies pour les vétérans)) (+ Demi-finale pour les seniors (1 voie à vue)) + Finale (1 voie à vue)

LE CIRCUIT DU CHAMPIONNAT DE FRANCE DE BLOC

DEPARTEMENTAL

Inscription: Individuelle sur <https://mycompet.ffme.fr/app>

Catégories: Jeunes (U15, U17, U19) Senior et Vétéran licenciés dans le département

Format: Qualif (contest à essais limités (8 à 15 blocs) ou illimités (≥ 20 blocs)) (+ Finale facultative)

REGIONAL

Inscription: **par le club** sur <https://mycompet.ffme.fr/app>

Catégories: Jeunes (U15, U17, U19) Senior et Vétéran licenciés dans la région

Format: Qualif (contest à essais limités (8 à 15 blocs)) (+ Finale facultative)

Qualification

DEMI-FINALE (Sud)

Inscription: **par le club** (Quota de qualifiés), sur <https://mycompet.ffme.fr/app>

Catégories: Jeunes (U15, U17, U19) et Senior licenciés dans une des régions **SUD**

Format: Qualif (contest à essais limités (8 à 12 blocs) + Finale (4 blocs))

Qualification

FRANCE

Inscription: **par le club** (Quota de qualifiés), sur <https://mycompet.ffme.fr/app>

Catégories: Jeunes (U15, U17, U19) Senior et Vétéran

Format: Qualif circuit flash pour Jeunes et seniors / contest à essais limité (8 blocs) pour les Vétérans (+ demi-finale pour les seniors) + Finale

DEPARTEMENTAL

Inscription: Individuelle sur <https://mycompet.ffme.fr/app>

Catégories: Jeunes (U15, U17, U19) Senior et Vétérán licenciés dans le département

Format: Qualif (2 essais) + Finale

REGIONAL

Inscription: **par le club** sur <https://mycompet.ffme.fr/app>

Catégories: Jeunes (U15, U17, U19) Senior et Vétérán licenciés dans la région

Format: Qualif (2 essais) + Finale

Qualification

FRANCE

Inscription: **par le club** (Quota de qualifiés), sur <https://mycompet.ffme.fr/app> (avoir participé à un régional)

Catégories: Jeunes (U15, U17, U19) Senior et Vétérán

Format: Qualif (2 essais) + Finale

DEPARTEMENTAL

Inscription: Individuelle sur <https://mycompet.ffme.fr/app>

Catégories: U13 licenciés dans le département

Format: Combiné Difficulté + Bloc + Vitesse

REGIONAL

Inscription: **par le club** sur <https://mycompet.ffme.fr/app>

Catégories: U13 licenciés dans la région

Format: Combiné Difficulté + Bloc + Vitesse

Qualification

FRANCE

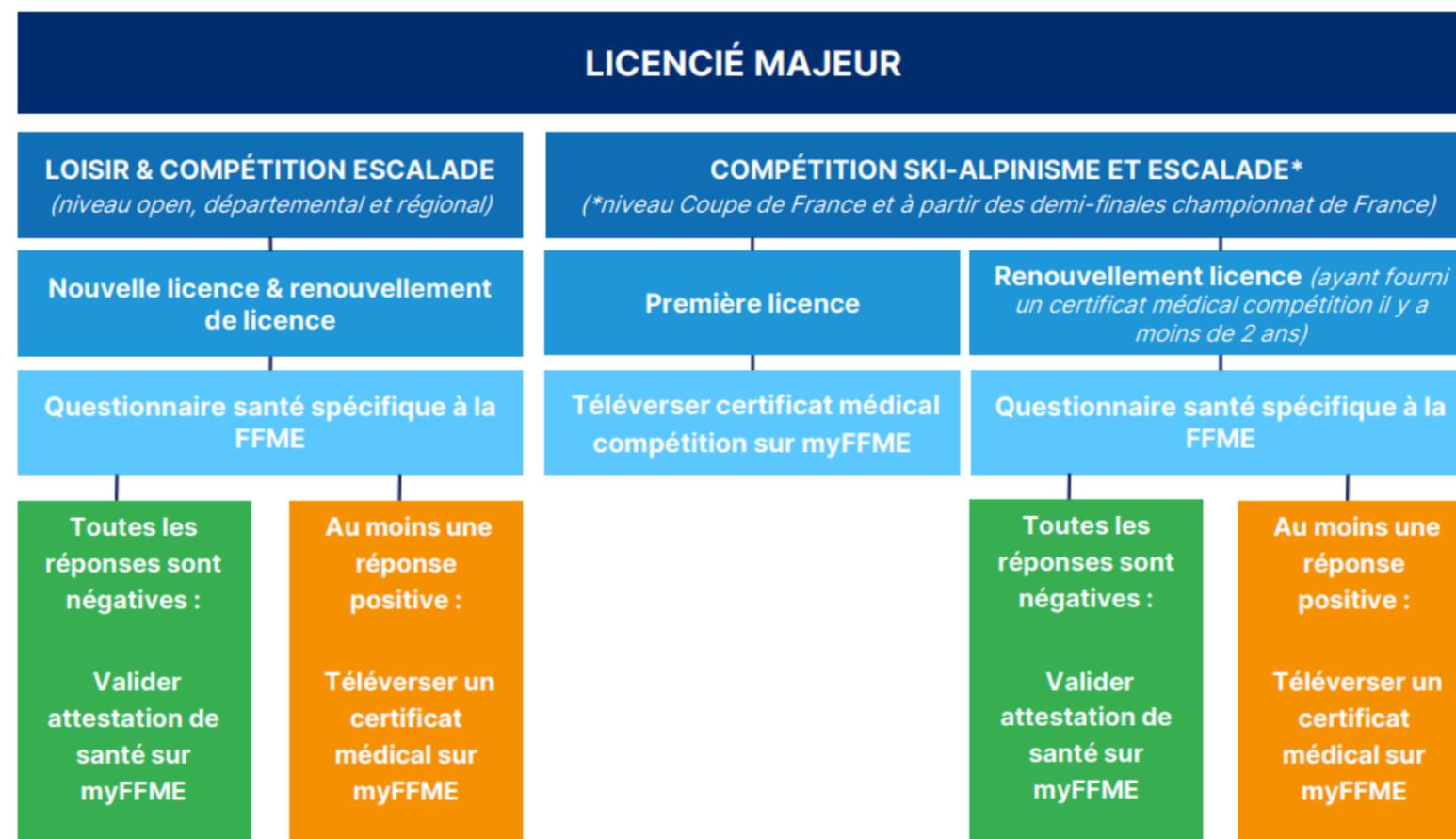
Inscription: **par le club** (Quota de qualifiés), sur <https://mycompet.ffme.fr/app> (avoir participé à un régional)

Catégories: U13

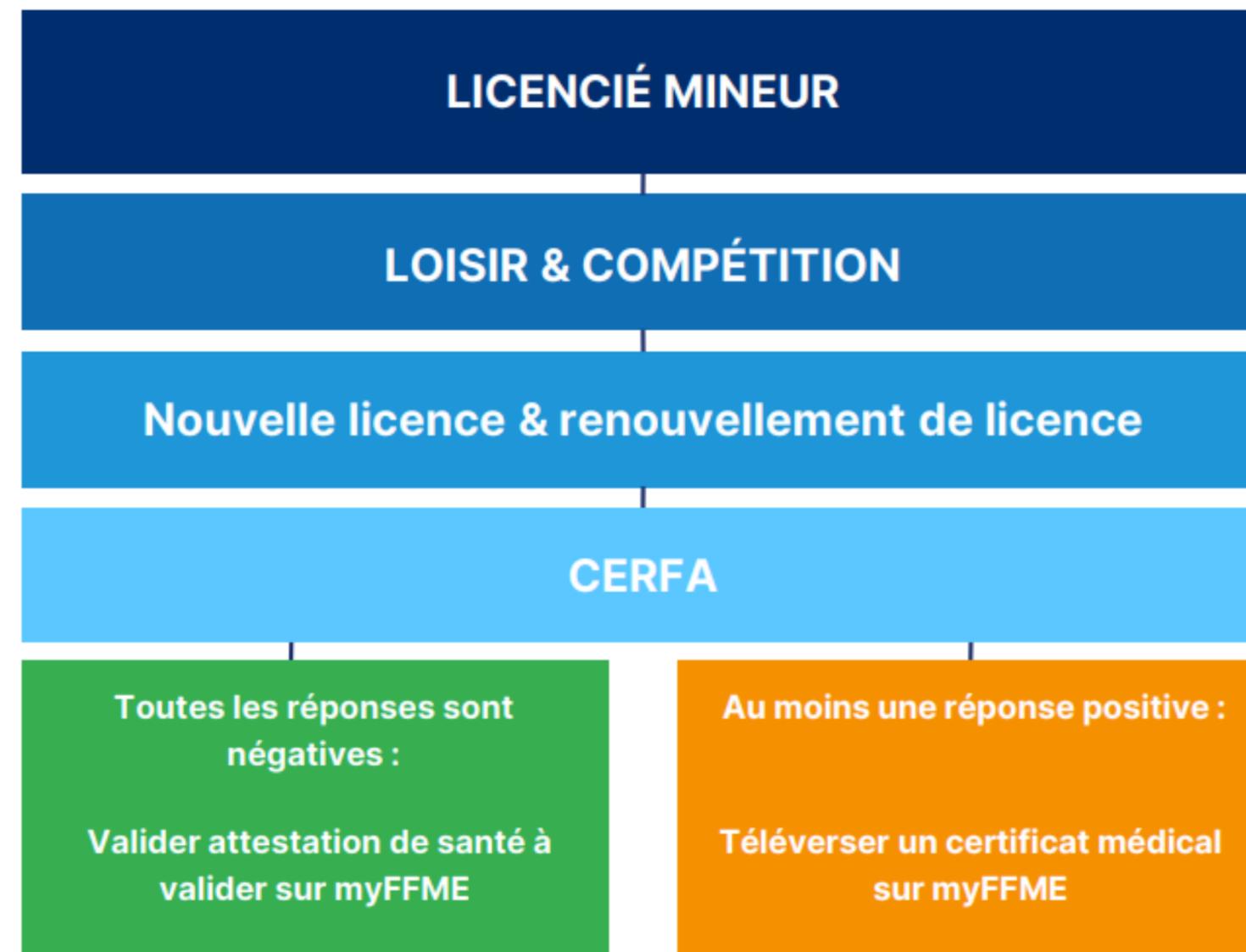
Format: Combiné Difficulté + Bloc + Vitesse

CERTIFICAT MÉDICAL OU ATTESTATION DE SANTÉ ?

Pour participer aux compétitions, un certificat médical ou une attestation de santé est nécessaire.
 Trouvez votre situation ci-dessous.



Les certificats médicaux sont valables 3 ans – pour un renouvellement de licence, le licencié doit pouvoir valider l'attestation de santé. À défaut, il fournit un nouveau certificat médical.



Les certificats médicaux sont valables 3 ans – pour un renouvellement de licence, le licencié doit pouvoir valider l'attestation de santé. À défaut, il fournit un nouveau certificat médical.

Plus de détails [en cliquant ici](#)

CALENDRIER PRÉVISIONNEL 2025/2026



Ce calendrier est **prévisionnel**. Il risque d'être modifié ou complété au fil de la saison.

Pour plus d'informations, (dernières dates à jour, dates des formations, règlements, etc...) rdv sur <https://occitanie.ffme.fr/>

Enfin, pour connaître les dates des compétitions départementales, ou promotionnelles (non officielles), rapprochez de votre comité territorial. (Coordonnées [disponibles ici](#)).

Légende :

- Zone A
- Zone B
- Zone C

CDF: Coupe de France
COE: Coupe Occitanie d'Escalade

SEPTEMBRE 2024		OCTOBRE		NOVEMBRE	
National	Ligue	National	Ligue	National	Ligue
1 L		1 M		1 S	Coupe d'Europe de diff TAG
2 M		2 J		2 D	
3 M		3 V		3 L	
4 J		4 S	COE Bloc - BO Toulouse	4 M	
5 V		5 D		5 M	
6 S		6 L		6 J	
7 D		7 M		7 V	
8 L		8 M		8 S	
9 M		9 J		9 D	
10 M		10 V		10 L	
11 J		11 S		11 M	
12 V		12 D		12 M	
13 S		13 L		13 J	
14 D		14 M		14 V	
15 L		15 M		15 S	
16 M		16 J		16 D	CDF CAHORS U17 U19
17 M		17 V		17 L	
18 J		18 S	CDF jeunes BLOC	18 M	
19 V		19 D	BRIVE LA GAILLARDE	19 M	
20 S		20 L		20 J	
21 D		21 M		21 V	
22 L		22 M		22 S	CDF BLOC ST LEU
23 M		23 J		23 D	
24 M		24 V		24 L	
25 J		25 S		25 M	
26 V		26 D		26 M	
27 S	Juge N1 bloc Toulouse	27 L		27 J	
28 D		28 M		28 V	
29 L		29 M		29 S	SAINT AVERTIN BLOC SENIORS/ France VETERANS
30 M		30 J		30 D	
		31 V			Coupe d'Europe de diff TAG

DÉCEMBRE

	National	Ligue
1 L		
2 M		
3 M		
4 J		
5 V		
6 S	CDF seniors BLOC	
7 D	TBC	
8 L		
9 M		
10 M		
11 J		
12 V		
13 S	CHPT REGIONAUX BLOC	
14 D	UNIBLOC CARCASSONNE	
15 L		
16 M		
17 M		
18 J		
19 V		
20 S	ARNAS U13 OPEN DIFF	
21 D	+ MAYENNE Open National Bloc U15 à Vétéran	
22 L		
23 M		
24 M		
25 J		
26 V		
27 S		
28 D		
29 L		
30 M		
31 M		

JANVIER 2025

	National	Ligue
1 J		
2 V		
3 S		
4 D		
5 L		
6 M		
7 M		
8 J		
9 V		
10 S	CDF BLOC/VITESSE +OPEN VITESSE U13 VALENCE	
11 D		
12 L		
13 M		
14 M		
15 J		
16 V		
17 S		
18 D		
19 L		
20 M		
21 M		
22 J		
23 V		
24 S	1/2 finale championnat de France U15-U17-U19-Seniors / BLOC	
25 D		
26 L	CHAUMONT / ?	
27 M		
28 M		
29 J		
30 V		
31 S		

FÉVRIER

	National	Ligue
1 D		
2 L		
3 M		
4 M		
5 J		
6 V		
7 S	FINALE CHPT France BLOC U15-U17-U19	
8 D	Charnay les Macon	
9 L		
10 M		
11 M		
12 J		
13 V		
14 S	FINALE CHPT France BLOC SENIORS	
15 D	Montmartin	
16 L		
17 M		
18 M		
19 J		
20 V		
21 S		
22 D		
23 L		
24 M		
25 M		
26 J		
27 V		
28 S		

MARS		AVRIL		MAI		JUIN	
National	Ligue	National	Ligue	National	Ligue	National	Ligue
1 D		1 M		1 V		1 L	
2 L		2 J		2 S	1/2 finale championnat de France U15-U17-U19-Seniors / DIFF	2 M	
3 M		3 V		3 D		3 M	
4 M		4 S	CDF DIFF ARNAS jeunes, seniors et vétérans	4 L	CHOLET MARSEILLE	4 J	
5 J		5 D		5 M		5 V	
6 V		6 L		6 M		6 S	CDF DIFFICULTE jeunes, seniors et vétérans MILLAU
7 S	CHPT REGIONAUX U13 - TARBES	7 M		7 J		7 D	
8 D	COE DIFF - TARBES	8 M		8 V		8 L	
9 L		9 J		9 S		9 M	
10 M		10 V		10 D		10 M	
11 M		11 S		11 L		11 J	
12 J		12 D		12 M		12 V	
13 V		13 L		13 M		13 S	COE Bloc - Solo Toulouse
14 S		14 M		14 J		14 D	
15 D		15 M		15 V		15 L	
16 L		16 J		16 S	FINALE CHPT France DIFFICULTE U15- U17-U19	16 M	
17 M		17 V		17 D		17 M	
18 M		18 S	CHPT REGIONAUX DIFF TAG	18 L	SAINT PIERRE EN FAUCIGNY	18 J	
19 J		19 D		19 M		19 V	
20 V		20 L		20 M		20 S	CDF Diff U15 MARSEILLE BMC
21 S	FINALE CHPT France VITESSE seniors	21 M		21 J		21 D	
22 D		22 M		22 V		22 L	
23 L	TROYES + CDF JEUNES	23 J		23 S	CDF bloc Buthier seniors + Open bloc U13	23 M	
24 M		24 V		24 D		24 M	
25 M		25 S		25 L		25 J	
26 J		26 D		26 M	TROYES	26 V	
27 V		27 L		27 M		27 S	
28 S		28 M		28 J		28 D	
29 D		29 M		29 V	ST ETIENNE	29 L	
30 L		30 J		30 S	FINALE CHPT France DIFFICULTE seniors	30 M	
31 M				31 D		30 L	COE Diff - Fonsorbes



**À PARTIR
DE 12 ANS !**

5 BONNES RAISONS DE DEVENIR JUGE EN 2025/2026:

- 1** Formez vous gratuitement !
- 2** Approfondissez vos connaissances en escalade
- 3** Prenez part à la compétition et contribuez à sa réussite
- 4** Accompagnez vos proches
- 5** Faire partie de la grande famille des officiels de compétition !



EN SAVOIR PLUS



Retrouvez sur notre site internet occitanie.ffme.fr des espaces qui vous sont dédiés : cliquez sur les vignettes pour y accéder.



ESPACE COMPÉTITEUR



OFFICIELS DE COMPÉTITION



ESPACE COACH

2025
2026

COUPE OCCITANIE D'ESCALADE

BLOC

3-4 OCT
Toulouse (31)

13 JUIN
Toulouse (31)

DIFFICULTÉ

8 MARS
Tarbes (65)

31 MAI
Fonsorbes (31)

Inscriptions sur

occitanie.ffme.fr

A bientôt sur les compétitions !





Une question ?

> contact@occitanie.ffme.fr

